

# #41: STEPHANIE TUSCHEN: WENN DIE BAUCHSPEICHELDRÜSE KRANK WIRD

DIABETES TYP 3C

## INFOS ZUR EPISODE:

Durch eine Höreranfrage zu Diabetes Typ 3 ist diese Folge entstanden. Vielen Dank an den Hörer. Stephanie Tuschen ist hierzu mein Gast. Es gibt viele Informationen zum Diabetes Typ 3 und wir gehen gemeinsam auf diesen konkreten Fall gezielt ein.

---

## INFOS ZU MEINEM GAST:

Stephanie Tuschen ist Apothekerin, 47 Jahre alt und selbst seit 36 Jahren von Diabetes Typ 1 betroffen. Sie arbeitet als Fachapothekerin für Ernährung in einer Apotheke in Essen-Ruhr. Unter anderem hat sie, wie Silvia Hahn auch, eine Weiterbildung als Diabetesberaterin gemacht. Über viele Jahre hat Stephanie Tuschen den eigenen Diabetes einfach nur so nebenbei laufen lassen. Nach einer plötzlich auftretenden Retinopathie (Unter einer diabetischen Retinopathie versteht man Veränderungen an der Netzhaut, die sich infolge eines Diabetes entwickeln kann. Bei einem lange bestehenden oder schlecht eingestellten Diabetes kommt es dabei zu Gefäßveränderungen und Durchblutungsstörungen der Netzhaut und somit zu Seheinschränkungen. Dies kann übrigens bis zur Erblindung führen.) ...und nach Auftreten der Retinopathie vor etwa 2 Jahren mit einer großen Augen-OP hat sie ihr eigenes Diabetes-Management in die Hände genommen, sehr intensiviert und verbessert sowie viel dazu gelernt.

Direkter Link zu allen Podcast-Folgen: <https://www.silvia-hahn.de/podcast.html>

Folge 16: Dia Engel – Betroffene helfen Betroffenen

Folge 17: Kennst Du die verschiedenen Diabetesformen?

Link zur Deutsche Diabetes Gesellschaft: <https://www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de/>

Link zu Diabetes Help: <https://www.diabetes.help/>

Link zum Arbeitskreis der Pankresektomierten e.V. in Bonn: <https://www.bauchspeicheldruese-pankreas-selbsthilfe.de/>

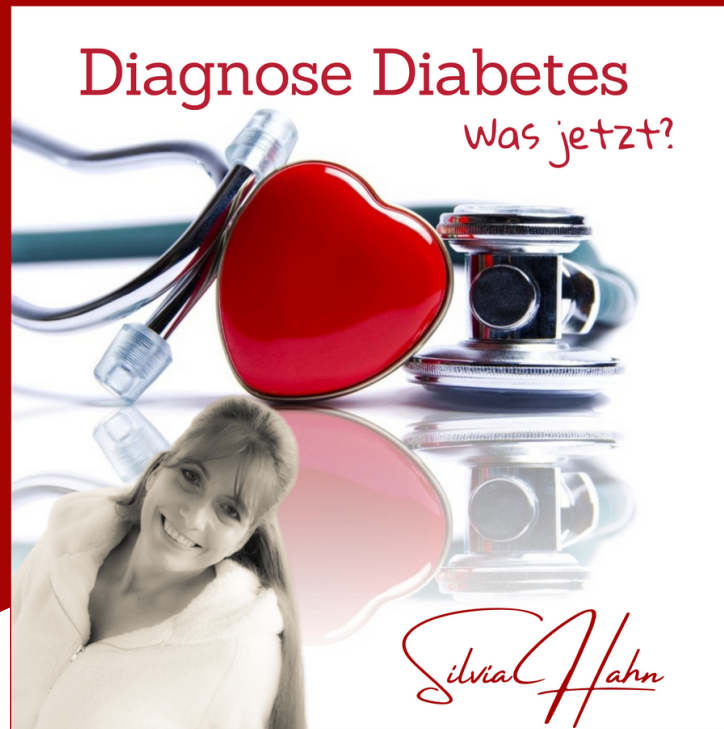
Link zur Blood Sugar Lounge: <https://www.blood-sugar-lounge.de/>

Link zu DebiNet: <https://www.ernaehrung.de/>

---

### Allgemeiner Hinweis/Haftungsausschluss:

Sämtliche übermittelten Informationen sind vom Podcast-Host eingehend geprüft worden. Dennoch erfolgen alle Angaben und Empfehlungen ohne Gewähr. Es wird hiermit ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die Anwendung sämtlicher gegebener Empfehlungen, Ernährungs- wie auch Trainingsprogramme wie auch alle weiteren Informationen auf eigene Gefahr erfolgen. Eine Haftung des Podcast-Hosts bzw. dessen Unternehmens sowie dessen Beauftragte für Sach-, Personen- oder Vermögensschäden ist ausgeschlossen – weder direkt noch indirekt. Es obliegt daher dem Hörer/der Hörerin eigenverantwortlich zu entscheiden, inwiefern er die Informationen der vorliegenden Informationen für sich nutzt. Die Durchführung und die entsprechende Verantwortung obliegen allein dem Hörer/der Hörerin.



## KONTAKT

---

**Telefon:** 0151 291 42 444

**Mail:** [diabetes@silvia-hahn.de](mailto:diabetes@silvia-hahn.de)

**Website:** [www.silvia-hahn.de](http://www.silvia-hahn.de)

**LinkedIn:** [www.linkedin.com/in/silvia-hahn-900085155/](http://www.linkedin.com/in/silvia-hahn-900085155/)

## WER STECKT HINTER DEM MIKRO?

---

**Silvia Hahn** ist Diabetes- & ErnährungsCoach, Personaltrainerin & medizinische Fitnesstrainerin, psychologische Beraterin & LifeCoach sowie Autorin. Silvia unterstützt und hilft Menschen zu mehr Lebensqualität und Wohlbefinden, bei der Erreichung des Wunschgewichts, beim Fasten & Entgiften, einfach gesund Essen, zu mehr Bewegung, Verbesserung des Blutzuckers, bei der Lebensstilveränderung und zu mehr Gesundheit. Erfahrungen aus über 25 Jahren Athleten-, Beratungs- & Coachingtätigkeit bringt sie in ihre Arbeit und diesen Podcast mit ein. Insgesamt sechs Bücher sind von Silvia bereits erschienen.

Silvia freut sich darauf, viele **Informationen** weiterzugeben, tolle **Tipps** für Deine Gesundheit zu finden und **spannende Gäste** für den Podcast zu gewinnen.

Du hast Informationen oder Fragen zu Diabetes? Dann schreibe Silvia gerne eine Mail, Dir gefällt der Podcast "Diagnose Diabetes - was jetzt?" dann teile ihn bitte in Deinem Netzwerk, damit auch andere hiervon profitieren können.